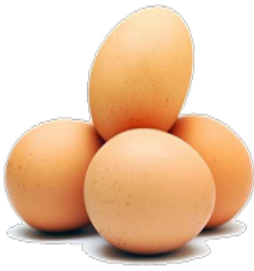


营养健康评估报告

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
谷类		300.0 g	适宜
薯类		0.0 g	不足
畜禽肉		500.0 g	适宜
水产品		0.0 g	不足

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
蛋类		0.0 g	不足
豆类		0.0 g	不足
奶类		0.0 g	不足
蔬菜		0.0 g	不足

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
水果		0.0 g	不足
坚果		0.0 g	不足
零食		0.0 g	-
酒类		0.0 g	-

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
饮料		0.0 g	-
整体评估及建议	1. 增加薯类摄入量 2. 增加水产品摄入量 3. 增加蛋类摄入量 4. 增加豆类摄入量 5. 增加奶类摄入量 6. 增加蔬菜摄入量 7. 增加水果摄入量 8. 增加坚果摄入量		

能量及钙摄入量评估报告														
项目	摄入量	评价												
总能量	2323.0 kcal/day	不足												
三大营养素供能占比	三大营养素供能占比 <table border="1"><thead><tr><th>营养素</th><th>摄入量 (g)</th><th>供能占比 (%)</th></tr></thead><tbody><tr><td>碳水化合物</td><td>89.7g</td><td>15.4%</td></tr><tr><td>脂肪</td><td>185.9g</td><td>71.9%</td></tr><tr><td>蛋白质</td><td>73.8g</td><td>12.7%</td></tr></tbody></table>		营养素	摄入量 (g)	供能占比 (%)	碳水化合物	89.7g	15.4%	脂肪	185.9g	71.9%	蛋白质	73.8g	12.7%
营养素	摄入量 (g)	供能占比 (%)												
碳水化合物	89.7g	15.4%												
脂肪	185.9g	71.9%												
蛋白质	73.8g	12.7%												
钙	51.0 mg/day	不足												
解读	能量摄入不足，应增加碳水化合物摄入 钙摄入不足，应增加奶制品摄入													